



# 1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

## evaluación detallada

**Nils Rutkowski**

Asociación: RSV Blau-Weiß 1983 Meiningen

Dorsal: 19

recorrido: 0.35 km/vuelta

Halbstundenlauf

categoría:

Senioren M60 (60-64) H

tiempo total: 28:23

velocidad: 13.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:30 min/km

Laps: 18 (6.3 km)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 20)

posición en la categoría: 1(de 4)

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control   | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso  |           |     | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | retraso  |           |     | retraso<br>Men |
|-----------|-------------|-----------------|------------------------|----------|-----------|-----|----------------|-------------|-----------------|-----------------|----------|-----------|-----|----------------|
|           |             |                 |                        | posición | categoría | Men |                |             |                 |                 | posición | categoría | Men |                |
| vuelta 1  | 0.35        | 1:26            | 4:05                   | 1        | -         | 2   | 0:06           | 0.35        | 1:26            | 4:05            | 1        | -         | 2   | 0:06           |
| vuelta 2  | 0.35        | 1:33            | 4:25                   | 1        | -         | 3   | 0:10           | 0.70        | 2:59            | 4:15            | 1        | -         | 3   | 0:16           |
| vuelta 3  | 0.35        | 1:38            | 4:40                   | 1        | -         | 3   | 0:12           | 1.05        | 4:37            | 4:23            | 1        | -         | 3   | 0:28           |
| vuelta 4  | 0.35        | 1:40            | 4:45                   | 1        | -         | 4   | 0:13           | 1.40        | 6:17            | 4:29            | 1        | -         | 3   | 0:41           |
| vuelta 5  | 0.35        | 1:40            | 4:45                   | 1        | -         | 6   | 0:12           | 1.75        | 7:57            | 4:32            | 1        | -         | 3   | 0:53           |
| vuelta 6  | 0.35        | 1:41            | 4:48                   | 1        | -         | 5   | 0:11           | 2.10        | 9:38            | 4:35            | 1        | -         | 3   | 1:04           |
| vuelta 7  | 0.35        | 1:42            | 4:51                   | 1        | -         | 3   | 0:13           | 2.45        | 11:20           | 4:37            | 1        | -         | 3   | 1:16           |
| vuelta 8  | 0.35        | 1:40            | 4:45                   | 1        | -         | 4   | 0:11           | 2.80        | 13:00           | 4:38            | 1        | -         | 3   | 1:23           |
| vuelta 9  | 0.35        | 1:41            | 4:48                   | 1        | -         | 4   | 0:11           | 3.15        | 14:41           | 4:39            | 1        | -         | 3   | 1:31           |
| vuelta 10 | 0.35        | 1:42            | 4:51                   | 1        | -         | 3   | 0:14           | 3.50        | 16:23           | 4:40            | 1        | -         | 3   | 1:41           |
| vuelta 11 | 0.35        | 1:43            | 4:54                   | 1        | -         | 5   | 0:13           | 3.85        | 18:06           | 4:42            | 1        | -         | 3   | 1:52           |
| vuelta 12 | 0.35        | 1:44            | 4:57                   | 1        | -         | 4   | 0:15           | 4.20        | 19:50           | 4:43            | 1        | -         | 3   | 2:04           |
| vuelta 13 | 0.35        | 1:43            | 4:54                   | 1        | -         | 5   | 0:13           | 4.55        | 21:33           | 4:44            | 1        | -         | 3   | 2:17           |
| vuelta 14 | 0.35        | 1:46            | 5:02                   | 1        | -         | 7   | 0:14           | 4.90        | 23:19           | 4:45            | 1        | -         | 4   | 2:31           |
| vuelta 15 | 0.35        | 1:43            | 4:54                   | 1        | -         | 5   | 0:13           | 5.25        | 25:02           | 4:46            | 1        | -         | 4   | 2:44           |
| vuelta 16 | 0.35        | 1:42            | 4:51                   | 1        | -         | 4   | 0:10           | 5.60        | 26:44           | 4:46            | 1        | -         | 4   | 2:54           |
| vuelta 17 | 0.35        | 1:39            | 4:42                   | 1        | -         | 3   | 0:09           | 5.95        | 28:23           | 4:46            | 1        | -         | 4   | 3:03           |
| vuelta 18 | 0.35        | fehlt!          | -                      | -        | -         | -   | -              | 6.30        | -               | -               | 1        | -         | 3   | -              |